

overhoop



//

Ik ben hoopvol. Zelfs de kleine Anna van toen wordt hier vrolijk van: laten we alle kennis samenleggen, daar kunnen we iets mee.”

Anna Defossez, coördinator
Echo-Lotgenotenwerking

**SAMEN
VOORBIJ
TRAUMA**

Van preventie tot herstel

Meer bewustzijn over de impact van negatieve ingrijpende ervaringen tijdens de kindertijd

Soms komen gevoelens en gedrag voort uit negatieve ingrijpende ervaringen tijdens de kindertijd.

Wanneer kinderen bijvoorbeeld opgroeien in een context waarin een ouder kampt met verslavings- of andere psychische problemen, wanneer ze te maken krijgen met een moeilijke echtscheiding of geconfronteerd worden met emotionele of fysieke verwaarlozing, dan kan dat diepe sporen nalaten. Wist je dat maar liefst **twalf procent van de kinderen** tijdens het opgroeien **vier of meer van dergelijke negatieve ingrijpende ervaringen** meemaakt? ^[1,2]

Gelukkig groeit – samen met de aandacht voor mentaal welzijn – ook het **bewustzijn over de impact** van vroege negatieve ingrijpende ervaringen, en het ontwikkelingstrauma dat daarop kan volgen.

**KINDEREN EN JONGEREN
DIE TE MAKEN KRIJGEN MET
NEGATIEVE INGRIJPENDE
ERVARINGEN LIGGEN VAAK
OVERHOOP MET ZICHZELF EN
DE WERELD.**



Iedereen reageert anders natuurlijk, maar als kind hield ik me gedeisd. Ik ging zo goedgezind mogelijk door het leven om zo min mogelijk ruzies uit te lokken. Later, toen ik groter was, deed ik studentenjobs in het weekend, zat ik in de jeugdbeweging, ging ik mee op kamp om zoveel mogelijk van huis weg te zijn.”

— Anna Defossez, coördinator
Echo-Lotgenotenwerking

Ingrijpende negatieve ervaringen kunnen kinderen en jongeren overhoop gooien. Als niemand oog heeft voor de impact van het opgroeien en het opvoeden van kinderen in een uitdagende context; Wanneer er geen kansen zijn om te praten over wat men meemaakt of ervaart; Of wanneer begrip of ondersteuning onbereikbaar lijken, dan komt de gezonde ontwikkeling in gevaar. Angst, stress en onveiligheid nemen dan de overhand. Zo ontstaat ontwikkelingstrauma. Dit trauma beïnvloedt ook op latere leeftijd de levenskwaliteit en gezondheid, en kan worden doorgegeven van generatie op generatie.

(1) Augeo foundation, 2023 (2) The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood; Anda et al., 2006.





Samen voorbij trauma

Gelukkig hoeven negatieve ingrijpende ervaringen niet per se tot ontwikkelingstrauma te leiden.

Wanneer we vanuit de omgeving, liefst zo vroeg mogelijk, aandachtig zijn voor kinderen en gezinnen die zich in uitzonderlijk stressvolle situaties bevinden, kan veel leed worden voorkomen. Wie dicht bij kinderen en gezinnen werkt, kan dan ook een belangrijke rol spelen: een huisarts, een leerkracht, een maatschappelijk werker, een apotheker, een sportcoach, ... Kortom, alle professionele en informele zorg- en hulpverleners van de nulde- en eerstelijns kunnen samen de impact van ingrijpende negatieve ervaringen op een kind **verkleinen**.

Daarom wil OverHoop de versnipperde inzichten en **kennis** over ontwikkelingstrauma verzamelen en delen, **bestaande initiatieven** van preventie tot herstel in de praktijk versterken en verspreiden. Op die manier wil OverHoop iedereen die met kinderen werkt houvast bieden.

OVERHOOP IS VOORAL EEN VERHAAL 'OVER HOOP' EN OVER VEERKRACHT, OMDAT ER IN PREVENTIE, AANPAK EN HERSTEL VAN ONTWIKKELINGSTRAUMA OOK KANSEN LIGGEN



Na het plotse overlijden van Bert ging Sanne door een heel donkere periode. Toen is ook het drinken begonnen. Niemand kan helemaal alleen drie kleine kindjes opvoeden, laat staan als je overspoeld bent door verdriet. Ik wist dat er dringend ondersteuning nodig was. Soms is het heel frustrerend om als huisarts toe te kijken op hoe situaties uit de hand lopen.”

— Huisarts

Maak je mee het verschil?

OverHoop nodigt je uit om samen met alle andere professionele en informele zorg- en hulpverleners een ondersteunend **'nest' rondom elk gezin** te bouwen.

Want goed zorg dragen voor een positieve ontwikkeling van elk kind, dat is een **taak die op vele schouders rust**.

Bondgenoten en enthousiaste gangmakers gezocht

Ben jij de arts, apotheker, maatschappelijk werker, onthaalmoeder, jeugdwerker, leerkracht of een andere vertrouwenspersoon die mee wil bouwen aan een samenleving waarin kinderen en jongeren evenwichtig en in een veilige omgeving kunnen opgroeien?

Dan ben jij een bondgenoot voor OverHoop, en willen wij je aanmoedigen en ondersteunen in jouw rol met inzichten en handvatten die helpend zijn.

Laat je inspireren door de krachtenbundeling van andere OverHoop-bondgenoten en gangmakers via de [inspiratienota](#).

Blijf je graag op de hoogte van OverHoop-nieuws en de lancering van de website? Stuur je gegevens door naar Ester via dedoncker.e@kbs-frb.be





overhoop

OverHoop is een initiatief van de Koning Boudewijnstichting, met de steun van de Vlaamse Overheid. Het heeft als doel om professionele, vrijwillige, en informele nulde- en eerstelijnsactoren – en bij uitbreiding de hele samenleving – met elkaar te verbinden en te ondersteunen op het gebied van ontwikkelingstrauma. Het wil mensen bewuster maken van negatieve ingrijpende ervaringen, en hen aanmoedigen om actief bij te dragen aan het voorkomen en herstellen van traumatische ervaringen bij kinderen. Dit initiatief brengt kennis samen en versterkt deze door verschillende actoren op verschillende niveaus met elkaar te verbinden. Het uiteindelijke streven is om een positieve impact te hebben op de mentale en fysieke gezondheid van mensen, de samenleving en het volledige gezondheids- en welzijnssysteem in België.